いきいき



~ 地域包括支援センターだより ~

平生町高齢者地域包括支援センター (平生町社会福祉協議会)

5 56-8000

あなたの元気を応援します **ノロウイルスに気をつけましょう** 】

秋を追い越すように冬の寒気が舞い込んできました。みなさま、いかがお過ごしでしょうか。 今月は「ノロウイルスによる食中毒を防ぐ方法」についてお伝えします。

ノロウイルスは 11 月から 2 月頃にかけて流行のピークを迎えます。予防方法を正しく理解 することで、ノロウイルスによる食中毒を予防しましょう。

感染経路の例 *

加熱不十分の まま食べる



ノロウイルスに汚染 された二枚貝など



ノロウイルス に感染・発症



2次感染につながることも…



汚物の処理で手に着いたウイルス や不適切な処理をしたため残った ウイルスが口から取り込まれる



ウイルスが付着した 食品を食べる



ドアノブ等に付着した ウイルスが手指を介して 口から入る



Q. ノロウイルスはアルコール消毒が有効?

消毒液によっては、ノロウイルスへの効果がやや弱いと考えられているもの 答え:



もあります。ノロウイルスには次亜塩素酸ナトリウム(市販の塩素系漂白剤 などに含まれている成分)が有効です。



生活の中でのお困りごとに関するご相談は、

『平生町高齢者地域包括支援センター』

平生町大字平生村 618-2 256-8000

ふれあいまちづくりセンター



* 5つの対策*

食材の加熱

食品に付着したノロ ウイルスを死滅させる には85℃~90℃で 90秒以上の加熱 が必要です



健康管理

自分自身が感染源になら ないよう、手洗いうがいを こまめに行い、疑わしい症状 がある場合には食品に触ら ないなど注意をしましょう。



汚物の処理

嘔吐物や排せつ物の中には ウイルスが大量に存在して いる可能性があります。なる べく早く、しっかりと処理を 行いましょう



徹底した手洗い

手の甲、爪や 指の間、手首 など汚れが残り やすい部分を意識 して洗いましょう



環境を清潔に保つ

多くの人が触れる場所 にはウイルスが付着して いる可能性が高いため、 こまめな掃除が感染予防 に繋がります。



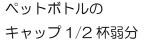
消毒を行う際は換気をしつかりと行い、 消毒液の作り置きはしないようにしましょう

ドアノブ・手すりなどの直接触れた場所

家庭用塩素系漂白剤 2ml









水 0.5 リットル

520

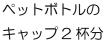


500m 1 のペット ボトル1本分

家庭用塩素系漂白剤 10m l



嘔吐物・便などが直接付着した場所・物





500m 1 のペット ボトル 1 本分

水 0.5 リットル

参考文献:大幸製薬株式会社、政府広報オンライン など